



Lunes

Martes

EL SALVADOR
Septiembre 2025
Menú Basal

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar

Vacaciones de verano

8 Kcal 790 Glú 110 Líp 29 Pro 24
1° Lentejas con zanahoria
2° San jacob con ensalada
Postre Fruta Pan

9 Kcal 855 Glú 84 Líp 42 Pro 39
1° Macarrones con pavo y tomate
2° Bacalao en salsa con verduras
Postre Lácteo Pan

10 Kcal 787 Glú 120 Líp 25 Pro 33
1° Panaché de verduras/Puré de verduras
2° Chuleta de sajonia con ensalada
Postre Fruta Pan

11 Kcal 726 Glú 91 Líp 23 Pro 42
1° Arroz blanco con tomate
2° Lenguado a la romana con ensalada
Postre Lácteo Pan

12 Kcal 711 Glú 103 Líp 15 Pro 44
1° Guiso de patatas con chorizo
2° Filete de pollo con ensalada
Postre Fruta Pan

15 Kcal 865 Glú 100 Líp 28 Pro 42
1° Guisantes salteados con jamón
2° Cinta de lomo asada con ensalada
Postre Fruta Pan

16 Kcal 788 Glú 89 Líp 38 Pro 26
1° Arroz con pollo
2° Boquerones / Lenguado (E.I)
Postre Lácteo Pan

17 Kcal 835 Glú 121 Líp 23 Pro 32
1° Judias blancas con verduras
2° Albóndigas con tomate
Postre Fruta Pan

18 Kcal 782 Glú 46 Líp 26 Pro 46
1° Espaguetis con tomate y queso
2° Filete de merluza con ensalada
Postre Lácteo Pan

19 Kcal 768 Glú 112 Líp 23 Pro 26
1° Crema de zanahoria
2° Tortilla de patata con pisto
Postre Fruta Pan

22 Kcal 726 Glú 78 Líp 25 Pro 30
1° Lentejas estofadas
2° Lomo sajonia con patatas fritas
Postre Fruta Pan

23 Kcal 784 Glú 98 Líp 25 Pro 44
1° Caracolas con tomate
2° Bacalao crunch con ensalada
Postre Lácteo Pan

24 Kcal 903 Glú 126 Líp 35 Pro 26
1° Sopa de fideos
2° Ragout de pollo con verduras y patatas fritas
Postre Fruta Pan

25 Kcal 789 Glú 128 Líp 18 Pro 39
1° Arroz con verduras
2° Merluza a la romana con ensalada
Postre Lácteo Pan

26 Kcal 728 Glú 100 Líp 31 Pro 26
1° Judias verdes / Perú
2° Albondigas con patatas fritas
Postre Fruta Pan

29 Kcal 728 Glú 100 Líp 30 Pro 26
1° Crema de calabaza
2° Tortilla de pavo con ensalada
Postre Fruta Pan

30 Kcal 895 Glú 75 Líp 32 Pro 65
1° Judias pintas estofadas
2° Lacón con ensalada
Postre Fruta Pan

RECOMENDACIONES DE CENA

